Tuve la oportunidad como docente y como terapeuta del aprendizaje de trabajar con niños que presentaban TDHA . Esto me permitió preguntarles acerca de cuáles eran las acciones, estrategias y palabras que los ayudaban a sentirse más felices y a aprender más. En estos 12 mensajes sintetizo ,poniendo en palabras las ideas , emociones y estrategias que ellos destacaron como facilitadores del aprendizaje y de su felicidad .

12 mensajes claves de un niño inquieto y distraído para todos los maestros del mundo



1-MUESTRAME MIS FORTALEZAS : Conozco a la perfección el listado de mis debilidades : “no termino las tareas, no me concentro, no me quedo quieto, hablo sin pensar , etc “. Por favor ayúdame a conocer también las cosas que hago bien , las que disfruto y destaco . Conocer mis fortalezas me dará la confianza necesaria para superar las debilidades.

2. **AYUDAME A ELIMINAR DE LA MENTE LA IDEA RECURRENTE DE “NO PUEDO” , E INVITAME A REEMPLAZARLA POR LO “LO INTENTARE”.** Crea un rincón con mis logros, así juntos lo podremos visualizar y celebrar. Saber que tengo logros ilumina mi corazón , hace sentir muy bien , me da la fuerza y motivación para seguir intentándolo.

3. AYÚDAME A PONER ATENCIÓN: Por favor utiliza colores en tus consignas , si las tareas tienen muchos pasos a realizar dámelos de a uno , al finalizar el primero dame el siguiente .Si me das todo junto ,me perderé y no sabré priorizar . Si das consignas orales, mírame a los ojos, tócame y pedime que repita lo que entendí.

4**. NECESITO SABER QUE VIENE DESPÚES:** Por favor dame un ambiente estructurado donde haya una rutina de horarios y tareas. Necesito saber que viene después para poder anticipar mi mente y mis conductas a lo que se espera de mí en cada momento. Enséñame a utilizar una agenda para poder cumplir con fechas de entrega ,preparar materiales y estar al día con las tareas.

5**. ESPÉRAME, TODAVÍA ESTOY DESORGANIZADO:** Si me apuras mucho, y me pides diferentes cosas me siento aturdido , ansioso y actuó sin pensar .

6**. ME ENTUSIASMO MUCHO Y OLVIDO LO QUE TENGO QUE HACER:** Muchas veces arrancó muy rápido a hacer las tareas y no se bien que es lo que la consigna me pide .SI estoy apurado , por favor ayúdame a





detenerme , invítame a respirar ,a calmarme .Necesito pistas para saber el camino.

7**. ¿ESTÁ BIEN LO QUE HICE? NECESITO SABERLO AHORA:** Por favor dame una retroalimentación positiva y enriquecedora de cómo lo estoy haciendo en el momento. Tu feedback es una guía y un estímulo para seguir trabajando.

8. **¿ME FALTA MUCHO?:** Por favor dame periodos cortos de trabajo con metas a corto plazo. Divide las tareas complejas en partes simples, sino mi mente se fatiga y me cuesta mucho más sostener la atención en la tarea.

9. **¿QUÉ?:** Por favor no digas "Ya te dije eso". Dímelo otra vez, de diferentes maneras. A veces con mirarme no me alcanza, dame una señal, dibuja un símbolo, hazme un gesto , avísame con una melodía que “ahora viene algo importante y puedo concentrarme en ello”

10**. ¿ESTÁ BIEN LO QUE HICE?:** Por favor hazme sentir orgulloso por éxitos parciales. Si en mis trabajos ves algo bien, dímelo aunque no esté todo perfecto. Celebra con entusiasmo mi esfuerzo personal, no sólo el resultado .



• **11. ¿POR QUÉ SIEMPRE ME GRITAN POR ALGO?:** Por favor fíjate si hago algo bien y felicítame por alguna buena conducta que tenga. Abrázame mucho, y más cuando este fatal .Por favor recuérdame mis fortalezas cuando tenga un mal día.

.**12 NO LO HAGO A PROPOSITO, NECESITO MOVERME** :Si me ves inquieto en vez de pedirme que me quede quieto , invítame a poner el movimiento en una tarea productiva , pide que reparta materiales , que muestre lo que estoy haciendo, que dramatice. Aprendo moviéndome.

Mariana de Anquin

Lic. En Psicopedagogia

Autora de Niños Brillantes ¡¡Todos lo son !!Editorial Dunken